



Ulisse
Soft Skills for Employability

ESERCIZI PER MIGLIORARE LA CREATIVITÀ



INTRODUZIONE

I seguenti esercizi sono proposti per migliorare la Creatività, che secondo la definizione del Progetto ULISSE significa proporre idee insolite e utili su un determinato argomento o situazione; creare nuove soluzioni o idee; dimostrare originalità; suggerire proposte innovative; sviluppare modi creativi di fare le cose.

Gli esercizi proposti sono Random Word Association - Associazione casuale di parole - e Brainstorming.

1. Associazione casuale di parole

La tecnica dell'associazione casuale di parole è uno strumento che consiste nel generare alcune parole casuali e creare associazioni con il problema o l'argomento originale di cui abbiamo bisogno per ottenere nuove intuizioni.

Usando questa tecnica, gli studenti impareranno a stimolare un pensiero aperto e divergente e a cercare nuove idee creative. La tecnica è utile per riaccendere il pensiero creativo quando si è a corto di idee. Può anche essere usata per aiutare le persone a elaborare pensieri meno convenzionali.

Il tempo richiesto da dedicare all'esercizio è di almeno 30 minuti.

1.1. Fasi degli esercizi

1. *Assegnazione dei partecipanti ai gruppi*

2. *Scegli in maniera precisa l'argomento/problema su cui si vogliono generare nuove idee (2 minuti). Scrivi con il minor numero di parole l'argomento da approfondire.*

3. **Genera parole casuali** (3 minuti) Con il cellulare visita il sito <https://randomwordgenerator.com/>. Seleziona l'opzione per generarne 5 e scrivile su un foglio (anche se sembra non esserci nessuna connessione tra le parole generate, è importante usare queste parole).

4. **Crea associazioni tra queste parole casuali e l'argomento che stai esplorando** (5 minuti). Se c'è una parola di cui non conosci il significato, cercala nel dizionario. Il tuo obiettivo è collegare in qualche modo il significato di ogni parola con l'argomento scelto. Cerca di pensare a più connessioni possibili e migliore sarà il risultato finale. Potrebbe sembrare che molte associazioni e idee non abbiano senso, tuttavia invece di respingerle, devi chiederti in che modo potrebbero avere senso? Non giudicarti negativamente se ti sembra che le associazioni create non abbiano senso in questo momento, l'importante è crearne il numero maggiore possibile.

5 Aumenta le tue associazioni (10 minuti). *Applica le tre leggi dell'associazione formulate da Aristotele:*

a. *Contiguità: associazione per contatto o prossimità. Ex. Una sella può essere associata a un cavallo, un albero a una foresta e così via.*

b. *Somiglianza: associazione di cose simili. Ex. Un gatto può essere associato a una tigre, un occhio a una macchina fotografica e così via.*

c. *Contrasto: associazione per differenza o antagonismo. Ex. Un nano può essere associato a un gigante, la notte al giorno, il sole alla luna e così via*

6. Trova più connessioni. *Espandendo le tue percezioni oltre i soliti schemi di pensiero hai scoperto idee che altrimenti non avresti considerato. Con questo esercizio sei riuscito a ristrutturare la tua rete neurale e ti sei adattato a un nuovo modo di pensare.*

7. Presentazione in plenaria (4 minuti)

8. Cosa ottieni dall'esercizio (4 minuti)

1.2. Strumenti e risorse

Elenco di tutti gli strumenti necessari all'esercizio:

- Carta e penna
- Dizionario e thesaurus di sinonimi e contrari
- Computer o cellulare se vuoi generare parole casuali con <https://randomwordgenerator.com/> e vuoi cercare in un dizionario e thesaurus online.

L'esercizio può essere svolto di persona o online utilizzando strumenti di ambiente collaborativo come Google docs, Mural, Google Meet, Microsoft Teams, ecc.

Puoi trovare la spiegazione dello strumento e altri esempi in http://creatingminds.org/tools/random_words.htm

Secondo la nostra esperienza, c'è bisogno di più tempo per padroneggiare gli strumenti dell'ambiente collaborativo.

1.3. Suggerimenti per i formatori

Il docente dovrebbe aspettarsi che gli studenti possano familiarizzare con un nuovo, semplice strumento che li aiuti ad aumentare la loro creatività. È importante fornire un esempio agli studenti.

Per gestire la discussione in classe dei risultati dell'esercizio, si consiglia di tenere un profilo basso evitando di stressare gli studenti e mantenendo basse le aspettative. Con la familiarità e l'uso

ripetuto, si può raggiungere una buona padronanza dello strumento e quindi ottenere risultati migliori.

1.4. Riferimenti bibliografici

De Bono, E. (2007), *How to Have Creative Ideas: 62 Games to Develop the Mind*.

De Bono, E. (1992), *Serious Creativity: Using the Power of Lateral Thinking to Create New Ideas*

De Bono, E. (1967), *The Use of Lateral Thinking*

<https://benovative.medium.com/how-to-come-up-with-disruptive-ideas-using-random-words-including-video-84e5fcd6d609>

<https://academy.nobl.io/use-random-words-to-increase-creativity-at-your-next-brainstorm/>

<http://creatingminds.org/>

2. Brainstorming o pioggia di idee

Il Brainstorming è uno strumento creativo che consiste in una tecnica funzionale a definire il problema, generare nuove idee e filtrare l'idea migliore da realizzare.

Il brainstorming funziona quando le persone usano le idee altrui per innescare il proprio pensiero. Le nostre menti sono altamente associative e un pensiero ne innesca facilmente un altro. Se usiamo i pensieri degli altri, questi ci impediranno di rimanere intrappolati dalle nostre stesse strutture/gabbie di pensiero.

Quando si suggeriscono idee parziali o strane si è normalmente malvisti, e questo socialmente ci porta a trattenerci e rimanere in situazioni normali. Il brainstorming ci autorizza deliberatamente a essere "stupidi" e "bambini".

Il tempo richiesto da dedicare all'esercizio è di almeno 30 minuti, tuttavia dipende dalla complessità del problema e dalla motivazione del gruppo.

2.1. Fasi dell'esercizio

0. *Gli studenti leggono le regole del Brainstorming e si impegnano a rispettarle.*

1. *Il docente assegna i partecipanti ai gruppi, creando gruppi di 4/5 persone.*

2. *Scegliere un facilitatore tra i membri del gruppo per prendere nota di tutti i contributi, incoraggiare e moderare l'intervento dei membri e per essere il rappresentante.*

INDIVIDUARE IL PROBLEMA CORRETTO:

3. Generare idee su possibili esigenze o problemi da risolvere utilizzando l'espressione "Come fare per..." che aiuti a ridefinire il problema (5 minuti)

Ad esempio:

- a. Come... Creare una fermata dell'autobus che faciliti il cambio di mezzo di trasporto (bici/auto/treno/taxi/a piedi/autobus...)?
- b. Come... Progettare una fermata che possa essere utilizzata in modo diverso quando si ha un uso minore?
- c. Come... Dare un uso diverso agli schermi informativi?
- d. Eccetera.

4. Seleziona da "Come ..." quello che ritieni possa generare il maggior impatto (1 minuto)

TROVARE LA SOLUZIONE CORRETTA:

5. Genera soluzioni (5 minuti). Ad esempio, se l'opzione scelta è l'ultima (Come... dare un uso diverso alle schermate informative):

- a. Offrendo informazioni meteo.
- b. Offrendo informazioni sugli orari di altri mezzi di trasporto.
- c. Promuovendo lo sport.
- d. Offrendo una mostra fotografica.
- e. Eccetera.

6. Scegliere una delle soluzioni vagliando quelle generate secondo i seguenti criteri: (5 minuti)

- a. è tecnicamente fattibile?
- b. È economicamente fattibile (ad esempio: costa meno di 1.000 euro a fermata)?
- c. Ne beneficia un'alta percentuale della popolazione?
- d. È sostenibile (bassa o nessuna manutenzione)?

7. Presentazione in plenaria (4 minuti)

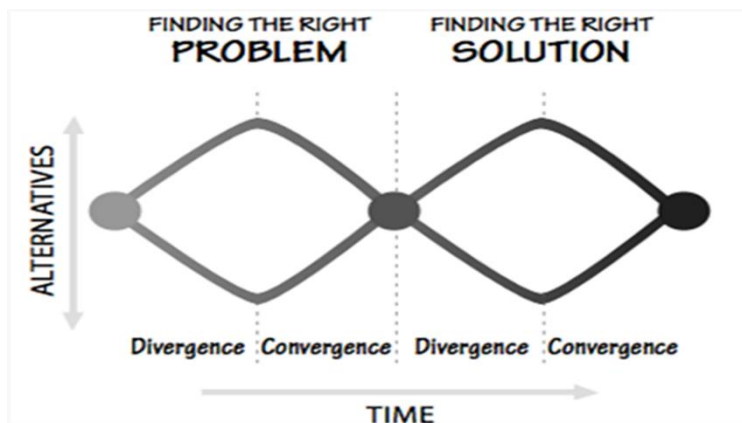
8. Cosa ottieni dall'esercizio (4 minuti)

Regole per il Brainstorming

Il *brainstorming* o *pioggia di idee* è la tecnica più utilizzata in tutti i settori quando si tratta di ottenere una generazione di idee massiccia e disordinata da cui in seguito potrà scaturire qualche idea valida per il nostro problema. Alcune regole migliorano il funzionamento di questa tecnica:

1. Definire chiaramente il problema
2. L'obiettivo è generare quante più idee possibili con la partecipazione di tutti.
3. Qualcuno scriverà le idee.
4. Accettare tutte le idee senza critiche o valutazioni. Rinviare il giudizio. La chiave è far sentire tutti liberi di poter esprimere la propria idea e consentire agli altri di trarne vantaggio.
5. Ascoltare e migliorare le idee. Essere positivi e costruire sulle idee degli altri richiede una certa abilità. Durante una conversazione, questo si traduce nell'uso di "e" invece che "ma".
6. Più sei "folle", meglio è.
7. Tempo massimo di 5-10 minuti.
8. Divertiti ma non perdere di vista la questione. Rimani concentrato sull'argomento.
9. Una conversazione alla volta. È molto più probabile che il gruppo si basi su un'idea e faccia un salto creativo se tutti prestano la massima attenzione a coloro che condividono una nuova idea.
10. Sii visivo. Se facciamo *Brainstorming* dal vivo, scriviamo sui Post-it e poi li attacchiamo al muro. Niente crea un'idea più velocemente del disegnarla. Non importa se non siamo Rembrandt!

Processo di *Brainstorming* divergente e convergente per trovare il problema e la soluzione giusti:



2.2. Strumenti e risorse

Elenco di tutti gli strumenti necessari all'esercizio:

- Lavagna a fogli mobili o lavagna e gessetti o pennarelli

L'esercizio può essere svolto di persona o online utilizzando strumenti di ambiente collaborativo come Google docs, Mural, Google Meet, Microsoft Teams, ecc.

Puoi trovare la spiegazione dello strumento ed esempi in <http://creatingminds.org/tools/brainstorming.htm>

Secondo la nostra esperienza, è necessario avere più tempo per padroneggiare gli strumenti dell'ambiente collaborativo.

2.3. Suggerimenti per i formatori

Il docente dovrebbe aspettarsi che gli studenti sappiano utilizzare uno strumento per accrescere la creatività che comprenda sia la riformulazione del problema, che la generazione di nuove idee e la selezione dell'idea da implementare. È importante far conoscere agli studenti le regole del brainstorming e il valore del giudizio diverso.

Per gestire la discussione in classe dei risultati dell'esercizio, si consiglia di tenere un profilo basso evitando di stressare gli studenti e mantenendo basse le aspettative. Con la familiarità e l'uso costante, si può raggiungere una buona padronanza dello strumento e quindi ottenere risultati migliori.

2.4. Riferimenti bibliografici

De Bono, E. (2007), *How to Have Creative Ideas: 62 Games to Develop the Mind*.

De Bono, E. (1992), *Serious Creativity: Using the Power of Lateral Thinking to Create New Ideas*

De Bono, E. (1967), *The Use of Lateral Thinking*

Gorman, R. H. (1978). Brainstorming your way to problem-solving ideas. *Personnel Journal*, 57(8), 438-440, 454, 456.

Rawlinson, J. G. (1981). *Creative thinking and brainstorming*. New York: Wiley.

<https://esferacreativa.com/tecnica-brainstorming/>

<http://creatingminds.org/tools/brainstorming.htm>

<http://creatingminds.org/>